

## تأثیر مصرف خوراکی پودر تخم شنبلیله بر پروفایل لیپیدی

الهه یوسفی<sup>۱</sup>، رزا زاوشی<sup>۲</sup>، \*مصطفی نوروزی<sup>۳</sup>، حسن جهانی هاشمی<sup>۴</sup>،  
سعید زارعی<sup>۵</sup>، کامیاب علیزاده<sup>۶</sup>، کتابون زیاری<sup>۶</sup>

### چکیده

**مقدمه:** نقش گیاهان مختلف در کاهش چربیهای خون و در نتیجه کاهش بیماریهای قلبی-عروقی شناخته شده است. این مطالعه با هدف بررسی تأثیر مصرف خوراکی پودر تخم شنبلیله بر پروفایل لیپیدی طراحی گردید.

**روش بررسی:** این مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی بوده و بر روی ۴۹ بیمار با چربی خون بالاتر از حد طبیعی که داروهای کاهنده چربی خون مصرف نمی‌کردند، صورت گرفت، بیماران به طور تصادفی بین دو گروه مداخله و کنترل تقسیم شده (۲۴ نفر مداخله و ۲۵ نفر کنترل). گروه مداخله روزانه ۵ گرم پودر دانه شنبلیله را بصورت ساشه‌های بسته بندی شده به مدت ۸ هفته همراه غذا دریافت کرد. سطح لیپیدها و قند خون ناشتا و شاخص توده بدن بیماران در ابتدا و انتهای مطالعه اندازه گیری و با استفاده از آزمون تی زوجی مقایسه شد.

**یافته‌ها:** نتایج این بررسی حاکی از کاهش معنی‌داری در میزان قند خون ناشتا، کلسترول تام، تری‌گلیسرید و LDL در گروه مداخله بود ( $p < 0.05$ )، میزان HDL و شاخص توده بدن در هر دو گروه در طول مطالعه تغییر معنی‌داری نداشت.

**بحث و نتیجه‌گیری:** مطالعه حاضر نشان داد که مصرف پودر دانه شنبلیله در کاهش چربی‌های خون بیماران هایپر لیپیدمیک مؤثر می‌باشد.

**کلمات کلیدی:** تخم شنبلیله، هایپر لیپیدمی، چربی خون.

۱. کارشناس ارشد تغذیه، قزوین، ایران، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، گروه تغذیه  
۲. دانشیار، قزوین، ایران، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، گروه تغذیه  
۳. دانشیار، قزوین، ایران، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، مرکز تحقیقات رشد کودکان  
(\*مؤلف مسئول) mnorozi@qums.ac.ir  
۴. دستیار طب هوافضا و زیر سطحی، تهران، ایران، دانشگاه علوم پزشکی آجا، مرکز تحقیقات طب هوافضا  
۵. پزشک پژوهشگر، تهران، ایران، دانشگاه علوم پزشکی آجا، بیمارستان بعثت، مرکز تحقیقات اداره بهداشت و درمان نهجا  
۶. استادیار، تهران، ایران، دانشگاه علوم پزشکی آجا، دبیرتعمان بائولوژی، بیمارستان بعثت